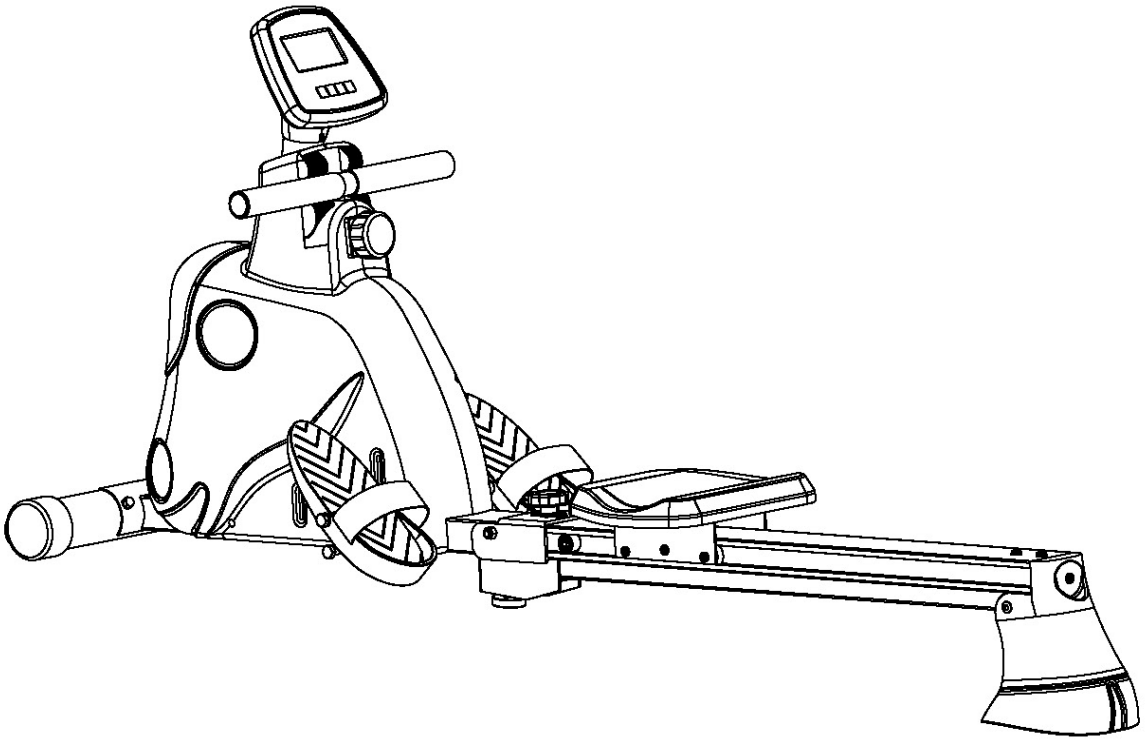
FITNESS DOCTOR

MÁQUINA DE REMO MAGNÉTICA SHARK

MANUAL DEL PROPIETARIO



ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD

Respete las siguientes precauciones antes de armar o utilizar la máquina.

1□ Arme la máquina siguiendo al pie de la letra las descripciones del manual de instrucciones.

2□ Verifique todos los tornillos, tuercas y otras conexiones antes de usar la máquina por primera vez, y asegúrese de que el usuario esté en condiciones físicas seguras.

3□ Coloque la máquina en un lugar seco y nivelado y lejos de la humedad y el agua.

4□ Coloque una base adecuada (ej. alfombrilla de goma, tabla de madera, etc.) debajo de la máquina en la zona de armado para evitar el polvo, la suciedad, etc.

5□ Antes de comenzar a ejercitarse, quite todos los objetos en un radio de 2 metros alrededor de la máquina.

6□ No utilice productos de limpieza agresivos para limpiar la máquina. Utilice únicamente las herramientas provistas o herramientas propias adecuadas para armar la máquina o reparar cualquier parte de la misma. Limpie las gotas de sudor de la máquina inmediatamente después de terminado el entrenamiento.

7□ El ejercicio incorrecto o excesivo puede afectar su salud. Consulte a un médico antes de comenzar el programa de entrenamiento. El médico podrá definir los valores máximos (pulsaciones, vatios, duración del ejercicio, etc.) con los cuales usted puede ejercitarse y obtener información precisa durante el entrenamiento. Esta máquina no es adecuada para fines terapéuticos.

8□ Ejercítese en la máquina solo de la manera correcta. Utilice únicamente partes de recambio originales para realizar las reparaciones necesarias.

9□ Esta máquina la puede usar una sola persona a la vez.

10□ Use ropa apta para el ejercicio y calzado que sean adecuados para el entrenamiento físico. Sus zapatos de deporte deben ser apropiados para el usuario.

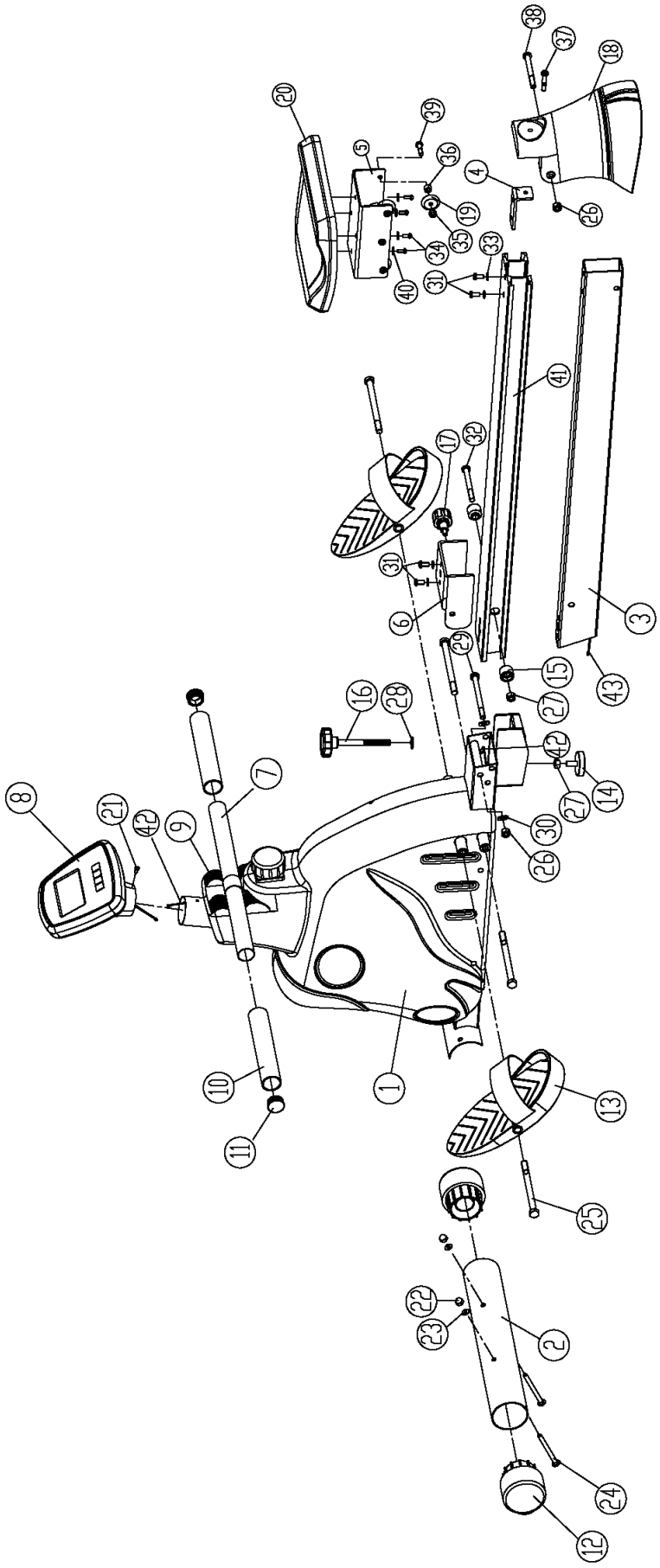
11□ Si siente mareos, nauseas u otros síntomas anormales, detenga el entrenamiento y consulte a un medico de inmediato.

12□ Los niños y las personas con discapacidades solo deben usar la máquina en presencia de otra persona para ayudarles y aconsejarles.

13□ La potencia de la máquina aumenta a medida que aumenta la velocidad, y viceversa. La máquina cuenta con una perilla que puede ajustar el nivel de resistencia.

14□ El peso máximo del usuario es de 120kg.

DIAGRAMA DE DESPIECE



LISTADO DE PARTES

No.	Descripción	Cant.	No.	Descripción	Cant.
1	Estructura principal	1	23	Arandela curva (D8)	2
2	Tubo frontal inferior	1	24	Perno (M8*L90)	2
3	Tubo del riel guía	1	25	Perno (M2*L155)	4
4	Placa en L	1	26	Tuerca de nylon (M10)	2
5	Tubo asiento deslizante	1	27	Tuerca (M10)	2
6	Tablero en forma de U	1	28	Arandela (D10)	1
7	Manillar	1	29	Perno (M10*122)	1
8	Ordenador	1	30	Arandela (D10)	2
9	Almohadilla	1	31	Tornillo (M8*25)	4
10	Empuñadura	2	32	Tornillo (M10*90)	1
11	Tope del tubo	2	33	Arandela (D8)	4
12	Tapa de extremo	2	34	Tornillo (M6*12)	4
13	Pedal(I/D)	2	35	Tuerca de nylon (M8)	6
14	Perilla ajustable	1	36	Partición	6
15	Tope	2	37	Tornillo (M8*40)	1
16	Perilla	1	38	Tornillo (M10*110)	1
17	Perilla	1	39	tornillo(M8*25)	6
18	Soporte	1	40	arandela(D6)	4
19	Rodillo	6	41	Riel guía	1
20	Asiento	1	42	Cable del sensor	1
21	Tornillo (M5*15)	1	43	sensor	1
22	Tuerca (M8)	2			

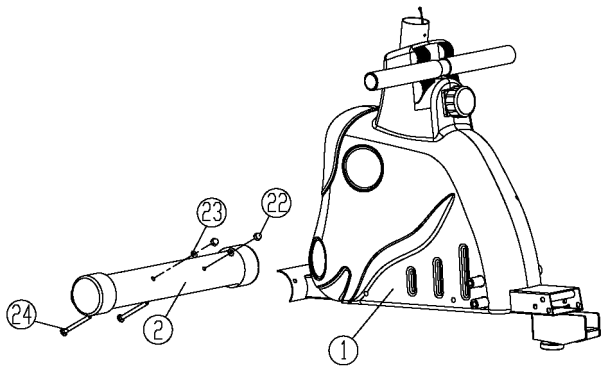
INSTRUCCIONES DE ARMADO

Importante:

Siga estas instrucciones de armado paso a paso para armar esta máquina de remo magnética.

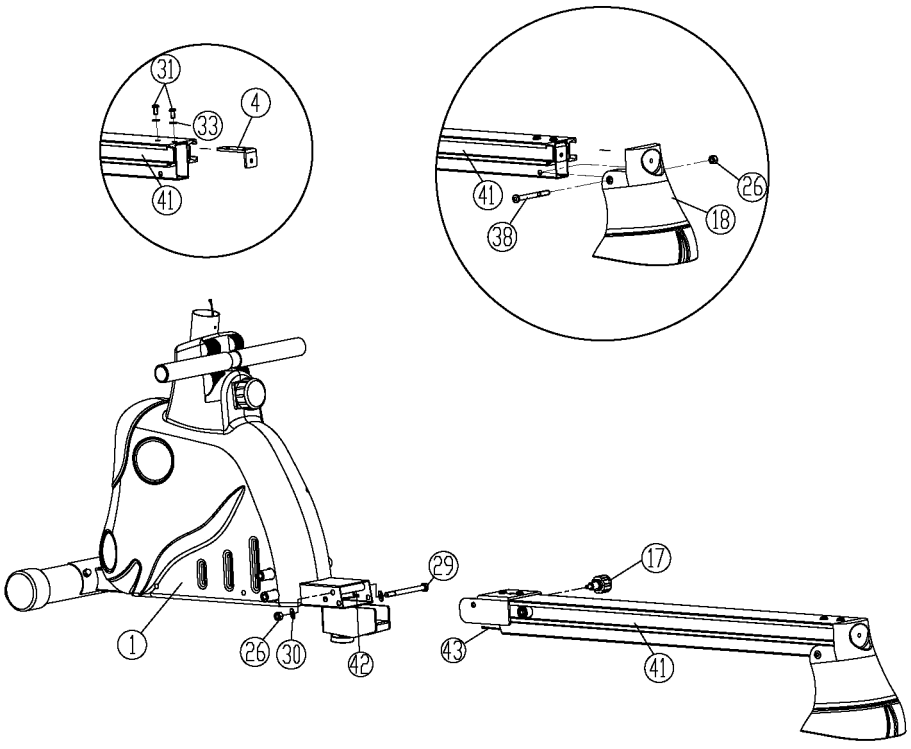
Paso 1:

Fije el tubo inferior frontal (2) en la estructura principal (1) con los pernos (24), arandelas curvas (23) y tuercas (22) como se ve en la FIG 1.



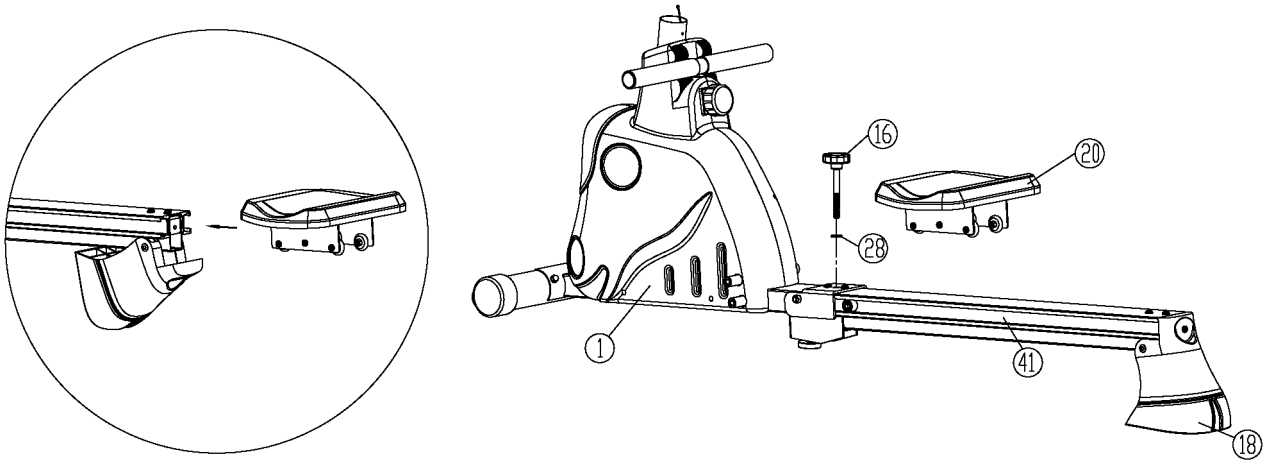
Paso 2:

A: Fije la placa en L (4) en el riel guía (41) con el tornillo (31) y arandela (33).
B: Fije el soporte (18) al riel guía (41) con el tornillo (38) y la tuerca de nylon (26)
C: Conecte el cable del sensor (42) al sensor (43)
D: Arme el riel guía (41) sobre la estructura principal (1) con los pernos (29), arandelas (30), tuerca de nulon (26) y perillas (17) como se muestra en la FIG 2.



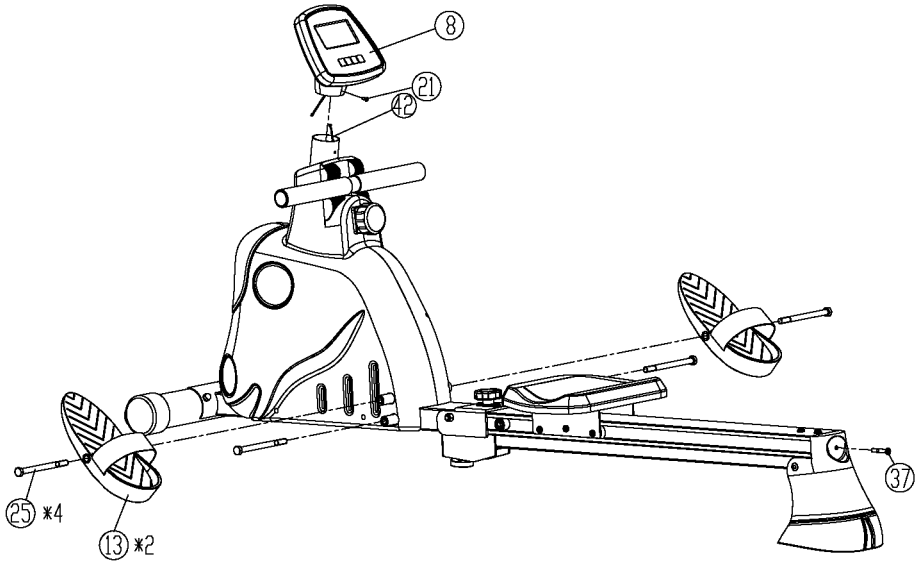
Paso 3:

A: Doble el soporte (18) para dirigir hacia abajo.
B: Arme el asiento (20) en el riel guía (41).
C: Fije el riel guía (41) a la estructura principal (1) con la perilla (16) y arandela (28) como se muestra en la FIG3.

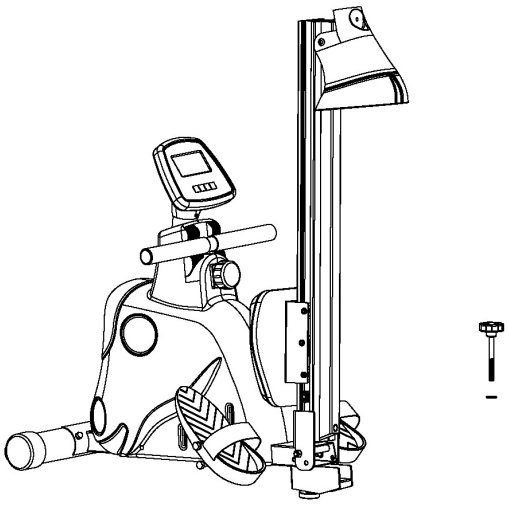


Paso 4:

A: Fije los pedales (13) en la estructura principal (1) con el perno (25).
B: Fije el soporte (18) con el tornillo (37).
C: Conecte el cable del sensor (42) con el ordenador (8) como se muestra en la FIG 4.



Cuando no utilice la máquina, puede doblarla para guardarla mejor.
Para eso, quite la perilla (16) y tornillo (37), luego retire la perilla hacia afuera (17) como se muestra en la FIG 5, y podrá doblarla fácilmente.



MANUAL DE INSTRUCCIONES DEL ORDENADOR

JS-145

BOTONES DE FUNCIONES:

MODE – Sirve para seleccionar la función.

SET - Para fijar los valores de tiempo, conteo y calorías, cuando no se encuentra en modo scan.

RESET – Para reiniciar el tiempo, el recuento y las calorías.

FUNCIONAMIENTO

1. **SCAN: Pulse el botón MODE hasta que aparezca SCAN: el monitor va a pasar por las 4 funciones: TIME, CPM, COUNT, CAL. Cada función permanence 4 segundos.**
2. **TIME:**
   1) **Cuenta el tiempo total desde el comienzo hasta el final del ejercicio.**
   2) **Pulse el botón MODE hasta que aparezca TIME. Pulse el botón SET para fijar el tiempo de ejercicio. Cuando el valor es cero, el ordenador va a emitir una alarma durante 15 segundos.**
3. **CPM: Muestra la frecuencia de pasos actual.**
4. **COUNT:**
   1) **Cuenta los pasos totales desde el comienzo hasta el final del ejercicio.**
   2) **Pulse el botón MODE hasta que aparezca COUNT. Pulse SET para fijar el recuento de pasos. Cuando el valor es cero, el ordenador va a emitir una alarma durante 15 segundos.**
5. **CAL:**
   1) **Cuenta las calorías totales consumidas desde el comienzo hasta el final del ejercicio.**
   2) **Pulse el botón MODE hasta que aparezca CAL, y pulse SET para fijar las calorías consumidas. Cuando el valor es cero, el ordenador va a emitir una alarma durante 15 segundos.**

6. **ALARM: El ordenador va a emitir una alarma Sonora cuando se pulsen los botones "MODE" "SET" o "RESET".**
7. **AUTO ON/OFF & AUTO START/STOP:**

Si no hay señal de ejercicio o de funcionamiento durante 8 minutos, el ordenador se apagará automáticamente, y toda la memoria se borrará. En cuanto se pone un pedal en movimiento o se pulsa un botón, el monitor se enciende.

ESPECIFICACIONES:

FUNCIÓN	Auto Scan	Cada 4 segundos
	Tiempo	00:00 ~ 99:59(Minuto:segundo)
	Frecuencia de pasos (CPM)	0 ~ 999
	Recuento	0 ~ 9999
	Calorías	0 ~ 99.9 ~ 999 Kcal
Tipo de batería		2 unidades de tamaño – 1.5VAA o UM3
Temperatura de funcionamiento		0□ ~ +40□(32□~ 104□)
Temperatura de almacenamiento		-10□ ~ +60□(14□~ 140□)